Un exerciţiu pentru activarea viziunii karmice

Rudolf Steiner,
în 9 mai 1924

traducere din limba engleză

Vom începe astăzi prin a considera activităţile interioare sufleteşti, ce-i pot conduce treptat pe oameni să aibe concepte şi gânduri despre karmă. Aceste gânduri, aceste puncte de vedere îi va deschide către posibilitatea de a vedea trăiri cauzate de propria karmă, dintr-un punct de vedere karmic.

Când privim în jur în ambianţa noastră umană, ceea ce vedem de fapt ca oameni în lumea fizică, este doar ceea ce este cauzat de forţele fizice într-un mod fizic. Iar dacă vedem ceva în lumea fizică, ce nu este cauzat de forţele fizice, vedem aceasta totuşi prin intermediul substanţei fizice exterioare, prin percepţia obiectelor fizice externe. Desigur, când oamenii fac ceva din propria lor voinţă, aceasta nu este cauzat de forţele fizice, de cauze fizice, pentru că din mai multe considerente, aceasta provine din libera voinţă. Dar tot ceea ce noi percepem în mod exterior, este în întregime de natura fenomenelor senzitive ale lumii fizice, şi prin aceasta noi le putem observa. În întreaga sferă a ceea ce noi observăm în acest fel, nu este posibil să devenim conştienţi de conexiunile karmice a unei experienţe prin care trecem noi înşine. Întreaga imagine a acestei conexiuni karmice îşi are existenţa în lumea spirituală, este de fapt înscrisă în ceea ce este lumea eterică (lumea vieţii), fundamentul lumii

exterioare astrale (lumea sufletescului), sau lumea acelor fiinţe spirituale ce populează această lume astrală exterioară. Nimic din acestea nu este văzut atât timp cât ne îndreptăm simţurile numai către lumea fizică. Astfel că tot ceea ce noi percepem în lumea fizică, este perceput prin simţurile noastre. Aceste simţuri sunt active fără ca fiinţa noastră să facă ceva anume. Ochii noştri percep impresiile de lumină şi de culoare fără nici un ajutor din partea noastră. Noi putem cel mult – şi chiar şi aceasta este pe jumătate involuntar – să ne îndreptăm privirea într-o anumită direcţie, sau putem alege între a privi ceva sau nu. Chiar şi când facem aceasta, o mare parte este activare din inconştient, deşi în acest act este implicată şi o mică parte de conştienţă. Când ne gândim la faptul cum activează ochii noştri în interior pentru a vedea culorile, activitatea interioară extraordinar de înţeleaptă şi minunată care trebuie îndeplinită ori de ce ori vedem ceva, ca fiinţe umane, dacă s-ar presupune s-o facem conştient, nu am putea-o realiza niciodată. Nu este nici un dubiu în această privinţă. Toate acestea trebuie să se întâmple actualmente inconştient, pentru că este mult prea multă înţelepciune în acest act, pentru ca oamenii să fie în stare să facă ceva în această privinţă.

Pentru a dobândi viziunea adecvată privitor la o înţelegere a fiinţei umane, noi trebuie să devenim conştienţi de căile pe deplin înţelepte în care lucrurile sunt aranjate în lume, fapt ce nu putem să-l facem noi înşine. Dacă oamenii s-ar limita doar la a gândi asupra a ceea ce pot face ei înşişi, şi-ar bloca de fapt calea lor spre cunoaştere. Calea spre cunoaştere începe realmente în punctul în care realizăm, cu cea mai mare modestie, tot ceea ce noi suntem incapabili să

facem, dar care totuşi trebuie să se întâmple în cursul vieţii. Ochii noştrii, urechile noastre, de fapt toate organele noastre senzoriale, sunt în realitate instrumente atât de profund înţelepte, încât oamenii ar trebui să le studieze o perioadă foarte lungă de timp înainte de a fi capabili să aibe măcar o noţiune vagă asupa înţelegerii lor în timpul actualei perioade de evoluţie; ar trebui să ne concentrăm pe deplin atenţia asupra acestui fapt. Totuşi, aspectul spiritual al lucrurilor nu poate fi observat printr-o astfel de atitudine inconştientă. În perioadele anterioare ale evoluţiei umane, acest fapt era de asemenea valabil pentru observarea spiritualului; exista atunci o clarviziune instinctivă, care s-a estompat până la dispariţie în cursul evoluţiei umane.

De acum înainte, oamenii trebuie să-şi asume conştient o anumită atitudine cu privire la Univers, punct din care ei vor fi capabili să pătrundă spiritualul. Noi trebuie să pătrundem în elementul spiritual, dacă vrem să cuprindem conexiunile karmice ale oricărei trăiri pe care o putem avea.

Pentru a dobândi facultatea de a observa relaţiile karmice, totul depinde de a începe în a acorda atenţie la ceea ce se întâmplă în lăuntrul nostru. Noi trebuie să facem ceva mai mult pentru a avea aceste observaţii conştiente. De fapt, trebuie să facem mai mult decât facem pentru ochii noştri, pentru ca ei să devină conştienţi de culoare. Dragii mei prieteni, ceea ce trebuie să învăţăm acum în primul rând, poate fi spus printr-un singur cuvânt: răbdarea. Trebuie să învăţăm să avem răbdare. Trebuie să fim capabili să avem răbdare pentru experienţele lăuntrice.

Am mai vorbit anterior despre capacitatea de a avea răbdare. S-a întâmplat în anul 1889 – voi include aceasta, de asemenea, în *Autobiografia* mea – când am devenit prima oară conştient de structura spirituală a basmului lui Goethe: *Şarpele verde şi Frumoasa Floare de Crin.* Atunci a fost pentru prima dată că o percepţie a unei afinităţi ulterioare, una mai mare decât este dată în basmul însuşi, a venit spre mine. Dar totodată am ştiut în acel moment că încă nu pot face din această afinitate, ceea ce voi fi în stare, după o vreme, să fac din ea. Şi astfel, percepţia pe care basmul a trezit-o în mine la acea vreme, a ramas latentă în mine.

A ţâşnit din nou în 1896, şapte ani mai târziu, dar iarăşi nu a fost în felul în care ar fi putut fi formulată adecvat; şi s-a întâmplat din nou şapte ani mai târziu, aproximativ în 1903. Chiar şi atunci, deşi a revenit chiar cu claritate, fiind conexată cu alte lucruri, ea însăşi încă nu s-a lăsat pusă într-o formă anume. A fost să fie alţi şapte ani mai târziu, când am conceput prima mea Dramă misteriu: *Poarta Iniţierii,* că basmul a reapărut, transformat astfel încât a putut fi formulat şi modelat.

Astfel de lucruri trebuie într-adevăr să fie lăsate în aşteptare, pentru că necesită timp pentru a se matura. Trebuie să ne aducem trăirile noastre proprii, în relaţie cu ceea ce există afară în lume. În momentul în care o plantă este încă la nivelul de sămânţă, în mod evident, nu putem avea deja întrega plantă. Trebuie să dăm seminţei condiţiile adecvate pentru ca ea să înceapă să crească, apoi trebuie să aşteptăm până când înfloreşte, şi doar apoi se dezvoltă din ea fructul. Noi trebuie să facem acelaşi lucru cu vieţuirile prin

care trecem. Nu trebuie să ne permitem nouă înşine să urmăm conduita de a fi entuziasmaţi de către o vieţuire, pentru că s-a întâmplat pur şi simplu, ca apoi să uităm de ea. Oamenii care doar îşi doresc vieţuiri, timp în care ei rămân fragezi, proaspeţi şi prezenţi în continuare, vor fi în stare să facă doar puţini paşi pe calea vederii în lumea spirituală. Noi trebuie să fim capabili să aşteptăm, să avem răbdare. Noi trebuie să fim capabili să dăm vieţuirilor şansa de a se matura în sufletul nostru.

Există posibilitatea unei maturări relativ rapide a vizionării înrudirilor karmice, dacă, pentru o perioadă de timp, încercăm cu răbdare şi cu energie interioară, să reconstruim imaginativ, cu o conştiinciozitate din ce în ce mai mare, o vieţuire care altfel şi-ar fi urmat pur şi simplu cursul său normal, fără să fie luată în stăpânire în mod adecvat, urmând să se fi estompat în cursul normal al vieţii. Aceasta este ceea ce se întâmplă în mod obişnuit cu evenimentele. Căci, ce fac oamenii cu evenimentele şi cu vieţuirile ce li se întâmplă zi de zi? De fapt, ei le remarcă doar *pe jumătate*. Vă puteţi forma o imagine asupra vieţuirilor ce au fost observate doar pe jumătate, dacă vă veţi aşeza jos într-o zi, într-o după-masă sau seară – şi chiar vă sfătuiesc să faceţi astfel – şi să vă întrebaţi: ce mi s-a întâmplat de fapt mie, azi dimineaţă la nouă şi jumătate? Şi acum încercaţi să rechemaţi din memorie ceea ce aţi vieţuit, în toate detaliile, aşa cum s-a întâmplat de fapt, să spunem, la şapte şi jumătate seara – ca şi cum aţi amplasa aceasta în faţa voastră, ca şi cum aceasta ar fi o piesă de artă spirituală, invizibilă. Veţi vedea cât de mult va lipsi, cât de multe nu aţi observat, şi cât de dificil sunt de făcut toate acestea. Dacă luaţi un creion să aşterneţi aceasta pe

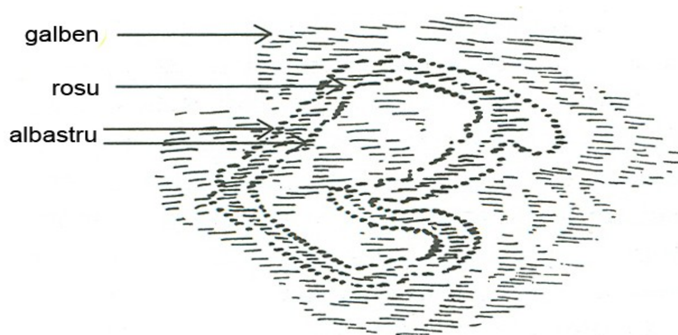
hârtie, veţi începe curând să muşcaţi din creion, pentru că nu vă puteţi aminti detaliile, şi, în ultima instanţă, speraţi să le căpătaţi muşcându-le din creion!

Dar faptul cel mai important este acela de a porni, fixându-vă sarcina de a vă descrie vouă înşivă, cât mai precis şi cât mai în detaliu posibil, ceva ce aţi vieţuit nu în momentul când se întâmplă realmente, ci ulterior. Trebuie să realizaţi o imagine (asemenea întocmirii unei picturi fizice), ca şi cum aţi încerca s-o pictaţi în mod spiritual. Iar dacă această vieţuire este una în care cineva vorbeşte, aceasta trebuie să fie făcută cât mai grafic posibil: tonul vocii sale, felul în care vorbele au fost folosite, în mod distinct sau neclar, şi aşa mai departe. Faceţi aceasta cu forţă şi energie – cu alte cuvinte, puneţi în imagine tot ceea ce voi aţi vieţuit. Dacă construiţi o astfel de imagine a ceva ce aţi vieţuit în timpul zilei, atunci în noaptea următoare, corpul vostru astral, când va fi în afara corpului vostru fizic şi a celui eteric, se va ocupa el însuşi de această imagine. În realitate, purtătorul imaginii este însuşi corpul vostru astral; îi va da acesteia formă, atunci când se află în afara corpului. Corpul astral ia imaginea cu el când iese afară, în prima noapte; acolo afară îi dă formă, atunci când este în afara corpului fizic şi a celui eteric.

Aceasta este prima etapă (vom urma aceste etape cu exactitate): corpul astral aflat în starea de somn, aflat în afara corpurilor fizic şi eteric, dă formă imaginii vieţuite. Unde face el aceasta? O face în eterul exterior, căci acolo unde este el acum, este lumea eterică exterioară.

Imaginaţi-vă pentru voi înşivă fiinţa umană. Corpurile fizic şi eteric se află în pat, iar corpul astral este situat înafară. Vom neglija în această imagine Eul. Acolo afară este corpul astral, ce reproduce imaginea pe care voi aţi făcut-o. Dar el face aceasta în eterul exterior, iar ca o consecinţă a acestui fapt, se întâmplă următoarele.

Imaginaţi-vă pentru voi înşivă. Corpul astral este situat în exterior [foarte uşor umbrit]. Acolo afară, el dă formă imaginii, fapt ce îl voi desena astfel [umbrire interioară, cu roşu] – sigur că toate acestea sun pur schematice. Toate acestea se întâmplă în eterul exterior, iar acesta încrustează, cu propria sa substanţă, imaginea formată în corpul astral. Cu alte cuvinte, eterul exterior alcătuieşte o întreagă formă eterică (albastru), care este văzută de către ochiul spiritual, ca o imagine extrem de precisă.



Dimineaţa, vă reîntoarceţi în corpurile fizic şi eteric şi aduceţi în ele ceea ce i s-a dat substanţă de către eterul exterior. Adică, corpul astral din starea de somn, dă formă imaginii vieţuirii când este situat în afara corpurilor fizic şi eteric, iar apoi eterul exterior impregnează imaginea cu propria sa substanţă. Vă puteţi imagina că faptul acesta a făcut ca imaginea să fie mai puternică; în continuare, corpul astral se

întoarce dimineaţa cu forma sa mai substanţială, ce poate face o impresionare în corpul vostru eteric. El îndeplineşte acesta lucru, cu ajutorul forţelor provenite din eterul exterior. Astfel că a doua etapă este următoarea: corpul astral impresionează imaginea în corpul vostru eteric.

Acestea au fost evenimentele din prima zi şi din prima noapte. [Vezi sumarul de la pagina 5]. Ajungem acum la a doua zi. În cea de-a doua zi, în timp ce sunteţi preocupaţi cu toate acele mici amănunte ale vieţii aflaţi în starea de deplină conştienţă de zi, acolo, dincolo de latura conştientă, în inconştient, imaginea coboară în corpul eteric. Iar în timpul nopţii următoare, corpul astral este ieşit din nou afară, iar corpul eteric este netulburat; corpul eteric elaborează această imagine. Astfel că în timpul celei de-a doua nopţi, imaginea este prelucrată de către propriul vostru corp eteric. A doua etapă este cea prin care corpul astral impresionează imaginea în timpul zilei în corpul eteric, iar corpul eteric elaborează imaginea în timpul nopţii. Aceasta este este ce-a doua zi şi ce-a de-a doua noapte. [Vezi sumarul]

Dacă procedaţi astfel, chiar dacă de fapt nu vă mai preocupaţi cu imaginea pe care aţi format-o în ziua precedentă – dar puteţi să şi continuaţi să lucraţi la ea, dintr-un motiv pe care îl voi menţiona imediat – veţi continua să aveţi o relaţie vie cu ea.

Ce înseamnă asta - să continui să te ocupi cu ea? Dacă faci într-adevăr un efort în prima zi, încât să fi avut vieţuirea de a forma o astfel de imagine puternică, formând-o suplă, cu trăsături puternice, caracteristice, atunci te-ai exercitat, te-ai străduit într-adevăr mental. Astfel de lucruri pretind eforturi

mentale. Îmi pare rău, dar nu exagerez când spun – bine-înţeles că cei de faţă sunt întotdeauna exceptaţi! – că majoritatea oamenilor pur şi simplu nu cunosc ce este aceea efort mental. Pentru că efortul mental, adevăratul efort mental, trebuie să fie o activitate a sufletului. Dacă permiţi lumii să aibă efect asupra ta, prin care gândurile îşi urmează cursul lor fără ca tu să preiei controlul asupra lor, atunci tu nu te exerciţi mental. A fi obosit, nu înseamnă că tu ai făcut vre-un efort mental. Nu trebuie să-ţi imaginezi cumva, că atunci când ceva te face să oboseşti, tu ţi-ai fi exercitat mentalul. De exemplu, cititul te poate obosi. Dar dacă tu nu ai fost activ productiv într-un fel anume în timp ce ai citit, ci doar ai lăsat gândurile din carte să fugă prin mintea ta, atunci desigur nu te-ai exercitat pe tine însuţi. Pe de altă parte, oamenii care fac într-adevar un efort, care s-au exercitat ei înşişi în afară printr-o activitate interioară sufletească, pot apoi să citească o carte, una foarte interesantă, şi să-şi „adoarmă" străduinţa lor spirituală în cel mai bun mod posibil. Desigur că poţi cădea pradă somnului dacă eşti obosit, în timp ce citeşti o carte. Acest fel de a deveni obosit, nu are nici o legătură cu exercitarea mentală.

Totuşi, o dovadă a exercitării mentale, este faptul că-ţi resimţi creierul etrem de obosit, la fel cum atunci când îţi foloseşti braţul pentru a ridica diverse obiecte, simţi că o solicitare intensă a acţionat asupra muşchilor braţului tău. Gândirea obişnuită nu are un astfel de efect asupra creierului. Dar aceasta rămâne permanent în tine, şi chiar vei observa că atunci când procedezi astfel pentru prima dată, apoi a doua oară, a treia, a zecea oară, te alegi cu o uşoară durere de cap. Nu din cauză că devi obosit sau că eşti pe cale să

adormi, ci din contra; nu poţi să adormi, mai degrabă te alegi cu această uşoară durere de cap. Cu siguranţă, nu trebuie să gândeşti legat de această durere de cap ca fiind un fapt detestabil, ci ca o dovadă vie a faptului că ţi-ai exercitat capul.

Ei bine, efectul continuă, şi va continua să te afecteze până când te vei duce la culcare. Dacă ai făcut cu adevărat acest efort în timpul zilei, te vei trezi dimineaţă cu sentimentul că acum este ceva în tine! „Nu prea ştiu sigur ce este, dar în mine este ceva ce vrea ceva de la mine. În realitate, nu este o chestiune lipsită de importanţă că am lucrat asupra acestei imagini ieri, ci chiar înseamnă ceva; căci această imagine s-a schimbat. Astăzi, imaginea îmi dă sentimente cu totul diferite faţă de cele pe care le-am avut anterior; imaginea mă face să am anumite sentimente specifice”.

În ziua următoare, această trăire rămâne cu tine. Şi ai acest sentiment, de care nu te poţi debarasa de-a lungul întregii zile, ce este o mărturie a faptului că imaginea coboară acum în corpul tău eteric, după cum am descris, iar corpul eteric o absoarbe.

Când te vei trezi după noaptea următoare, foarte probabil că ţi se va întâmpla ca atunci când te vei reîntoarce în corpul tău după aceste două zile [vezi sumarul] că vei regăsi această imagine cumva schimbată, transformată. În momentul în care te trezeşti în dimineaţa următoare, o regăseşti din nou în tine, şi îţi va apare sub forma unui vis foarte real. Dar a trecut printr-o transformare; nu a mai rămas la fel, ci a suferit o transformare. Va trece printr-un număr de transformări, până ce va deveni cumva diferită. Va lua o înfăţişare ca şi cum sub o anumită formă ar fi

acolo fiinţe spirituale, aducându-ţi această vieţuire. Iar tu capeţi impresia efectivă, că această trăire din care tu ţi-ai făcut o imagine în felul descris, ţi-a fost de fapt consacrată ţie. Dacă a fost o vieţuire împreună cu un alt om, atunci rămâi cu sentimentul că tu nu ai vieţuit de fapt doar prin intermediul acelei persoane, ci această trăire ţi-a fost conferită ţie. Au fost implicate alte puteri, puteri spirituale, dar acestea ţi-au adus-o de fapt ţie.

Ajungem acum la ziua următoare. În această zi, imaginea este purtată în jos din corpul eteric în cel fizic. Corpul eteric impregnează această imagine în corpul fizic, chiar în procesele nervilor şi al sângelui. În ce-a de-a treia zi, imaginea este impregnată în corpul fizic. Astfel că a treia etapă este următoarea: corpul eteric ştanţează imaginea în corpul fizic.

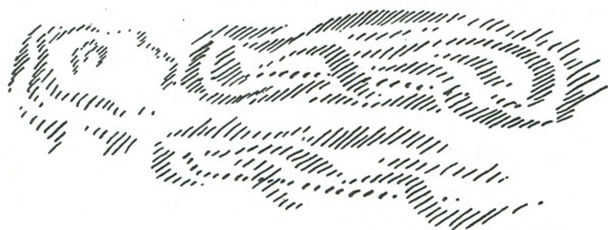
Urmează o altă noapte. De-a lungul zilei te confrunţi cu micile probleme obişnuite ale vieţii, iar cumva sub toate acestea, se desfăşoară importantul proces al coborârii imaginii în corpul fizic. Aceasta se desfăşoară în subconştient; iar când soseşte noaptea următoare, imaginea este elaborată în corpul fizic. În corpul fizic, ea este spiritualizată. În primul rând, în timpul zilei această imagine este coborâtă în procesele sângelui şi ale nervilor, iar noaptea ea este spiritualizată. Aceia care au viziunea spirituală, văd cum această imagine este prelucrată de către corpul fizic, apărând spiritual ca şi-o imagine cu totul diferită. Am putea descrie toate acestea, spunând că în timpul nopţii următoare, corpul fizic elaborează imaginea.

Prima zi şi prima noapte: Fiind în afara corpurilor fizic şi eteric, corpul astral formează imaginea vieţuirii.

Eterul exterior impregnează imaginea cu propria sa substanţă.

A doua zi şi a doua noapte: Imaginea este ştanţată de către corpul astral în corpul eteric; apoi corpul eteric prelucrează imaginea în cursul nopţii următoare.

A treia zi şi a treia noapte: Imaginea este ştanţată de către corpul eteric în corpul fizic; apoi corpul fizic elaborează imaginea în timpul nopţii următoare.



Acum urmează ceva ce trebuie să vizualizezi absolut exact. Corpul fizic elaborează întradevăr spiritual această imagine, o spiritualizează. Astfel că dacă ai trecut în mod profund prin toate aceste etape, atunci, în timp ce dormi, ceea ce se întâmplă este faptul că corpul fizic elaborează întregul, dar de acum încolo, acesta nu mai rămâne în interiorul corpului fizic. Răsare din corpul fizic o versiune transformată, o transformare măreţ amplificată a imaginii; şi atunci când te trezeşti dimineaţa, aceasta iamgine este acolo, tu plutind de fapt în ea. Este asemenea unui nor, în care tu te afli în interior; te trezeşti dimineaţa cu această imagine.

Aceasta este ziua a treia şi noaptea a treia. În ziua a patra, te dai jos din pat cu această imagine pe de-a-ntregul transformată. Răsari din somn înfăşurat în acest nor [roşu]. Şi dacă realmente ai format imaginea în prima zi cu energia necesară, şi dacă ai acordat

atenţie la ce fel de sentimente ai avut în ziua a doua, vei observa că actuala imagine este saturată cu propria ta voinţă. Ea conţine voinţă! Dar aceasta voinţă este incapabilă să ajungă să se exprime – este ca şi cum ar fi încătuşată. Exprimat cumva imaginativ-radical, este ca şi cum un alergator incredibil de îndrăzneţ, s-a hotărât să expună public o cursă de bravadă – iar el îşi imaginează că sprintează: eu sprintez în imaginaţia mea către Dornach-ul de sus, voinţa mea este deja cuplată. Dar chiar în momentul în care vreau să încep să mă mişc, voinţa fiindu-mi activată la maxim, cineva mă reţine, astfel încât rămân acolo rigid, nemişcat. Întreaga mea voinţă este setată pentru plecare, dar nu pot s-o fac să funcţioneze. Procesul este mai mult sau mai puţin cam aşa.

Când ai această trăire de a te simţi ca şi cum ai fost pus într-o menghină – căci tu te simţi ca şi cum ai fi strâns într-o menghină după ce-a de-a treia noapte – când te trezeşti din nou cu acest sentiment de a-ţi fi prinsă voinţa într-o menghină, fiind pe de-a-ntregul încătuşată, atunci – dacă poţi fi atent la aceasta – voinţa se transformă: voinţa devine *vedere.* Voinţa nu poate face nimic, dar te conduce la a putea vedea ceva. Devine un ochi al sufletului, iar imaginea cu care te trezeşti devine reală, obiectivă. Ceea ce vezi, este evenimentul vieţii pământeşti anterioare, sau al unei alte vieţi de-ale tale, care a fost cauza a ceea ce am schiţat ca imagine în prima zi. Pe calea transformării sale prin intermediul simţirii şi al voinţei, am ajuns la imaginea evenimentului cauzal dintr-o încarnare anterioară.

Când se descriu aceste lucruri, ele par cumva copleşitoare. Acesta nu-i un fapt surprinzător, având în vedere că ele sunt pe de-a-ntregul neobişnuite

oamenilor din vremurile actuale. Dar ele nu erau atât de necunoscute oamenilor din epocile culturale anterioare. Doar că, potrivit opiniei oamenilor moderni care sunt atât de inteligenţi, acei oameni mai timpurii, erau stupizi în întregul lor mod de viaţă. Cu toate acestea, ei, oameni „stupizi” ai erelor culturale anterioare, au avut în mod real aceste vieţuiri, numai că oamenii timpurilor moderne învăluiesc totul cu intelectul lor, fapt ce-i face mai inteligenţi dar nu chiar şi mai înţelepţi.

Aşa cum am spus, problema pare tumultuoasă într-o anumită măsură, când cineva o expune în acest fel. Dar în definitiv, sunt obligat să folosesc astfel de cuvinte. De vreme ce aceste lucruri sunt cu totul necunoscute astăzi, dacă s-ar folosi cuvinte mai blânde, esenţa reală a acestor vieţuiri n-ar fi întâmpinată fără acest rafinament. Acestea trebuiesc întâmpinate fără ezitare. Mai mult, întreaga vieţuire, de la început şi până la sfârşit, ceea ce am descris ca desfăşurându-se în aceste trei zile, trebuie să-şi urmeze cursul într-o interiorizare intimă, într-un calm desăvârşit şi cu stăpânire de sine. Aşa numitele vieţuiri oculte – cele despre care vorbesc sunt de acest fel – nu sunt lucruri cu care să te făleşti în exterior. Dacă cineva începe să se laude cu ele, acestea încetează imediat. Ele trebuie obligatoriu să se desfăşoare în linişte şi pace interioară. Şi este cel mai bine dacă, pentru o vreme, nu va şti nimeni nimic despre ceea ce se-ntâmplă, cu excepţia persoanei în cauză.

Trebuie să nu vă aşteptaţi ca exerciţiul să aibe succes de la prima încercare. Este bine-cunoscut că oamenilor le place să audieze descrierea unor astfel de exerciţii. Este de înţeles, şi e un lucru bun că se-

ntâmplă astfel. Ce de noi vieţuiri voi putea avea! Şi oamenii încep să urmeze exerciţiile cu un devotament entuziast. Ei încep, dar nu finalizează; apoi devin complet demoralizaţi; poate unii mai încearcă încă de câteva ori. Din nou, nu reuşesc. Dar dacă cineva a încercat de 49 de ori, sau altcineva de 69 de ori, atunci a cincizecea oară, sau a şaptezecea oară când o face, va reuşi. Căci ceea ce este important cu adevărat în aceste exerciţii, este faptul ca persoana în cauză să înceapă să dobândească anumite atitudini sufleteşti. Primul lucru pe care trebuie să-l facă, este să-şi găsească propria cale în aceste lucruri, şi să-şi dobândească anumite obiceiuri sufleteşti. Iar aceasta este de fapt ceva ce fiecare persoană din Societatea Antroposofică ar trebui să ia notă cu atenţie, Societate care, de la Congresul de Fundamentare de Crăciun, ar trebui să fie o expresie completă a Mişcării Antroposofice.

Întradevăr, Societăţii Antroposofice i s-a împărtăşit foarte mult; este mai mult decât suficient ca să năucească pe cineva care doar vede şirurile de conferinţe ce-au fost tipărite. Dar în ciuda acestui fapt, oamenii vin la mine în mod repetat, întrebând de un lucru sau altul. În majoritatea cazurilor, acest lucru nu este deloc necesar, căci dacă oamenii ar prelucra într-adevăr ceea ce este cuprins în ciclurile de conferinţe, atunci majoritatea întrebărilor şi-ar găsi răspunsurile prin ele înşişi, într-un mod mult mai sigur. Orice persoană trebuie doar să aibe răbdarea să procedeze astfel. Răbdarea este singurul lucru de care aveţi nevoie. Într-adevăr, literatura antroposofică conţine foarte mult, în multe direcţii, fapt ce poate lucra activ în suflet. Iar din înţelegerea esoterică existentă acum, noi vom găsi sentimentul direcţiei

pentru ceea ce poate fi împlinit, astfel că timpul va fi umplut în mod pozitiv cu lucrurile ce trebuiesc făcute. Dar pe de altă parte, în privinţa multor lucruri pe care oamenii vor să le ştie, trebuie subliniat că există deja multe serii de conferinţe care nu mai sunt citite, şi că majoritatea oamenilor spun despre acestea, cum că ei doresc ca ele să fie urmate de altele *„noi”*. Aceste lucruri sunt strâns legate de ceea ce tocmai relatez acum.

O persoană nu dobândeşte stabilitatea interioară de a urma procesul de germinaţie şi ulterior de fructificare, dacă există în sufletul său această dorinţă de a se grăbi să treacă de la un lucru nou la altul; punctul esenţial este că lucrurile trebuie să se maturizeze în suflet. În primul şi-n primul rând, noi trebuie să încercăm să scăpăm de un obicei care pentru cei mai mulţi oameni, este o condiţie normală astăzi. Noi trebuie să ne obişnuim cu munca activ-lăuntrică a sufletului, muncă ce angrenează spiritualul. Acesta-i modul de lucru ce urmează să ajute în a avea succes în pătrunderea până la stadiul final al transformării unei vieţuiri, pe care dorim să o înţelegem din punct de vedere karmic.

Acesta-i modul în care avem de interacţionat cu lucrurile, dacă vrem să înţelegem chestiunile spirituale. Chiar de la bun început, trebuie să ne spunem nouă înşine: din momentul în care ne îndreptăm gândurile către spirit, am făcut deja un început. Este imposibil să aşteptăm un rezultat imediat; trebuie să fim în stare să aşteptăm. Presupunând că am vieţuit ceva ce este cauzat de karma unei vieţi trecute, atunci este astfel [Dr. Steiner face următorul desen] :



Sunt aici [dreapta]. Aici este vieţuirea pe care am avut-o astăzi. Aceasta este cauzată de către o personalitate constituită cu totul diferit în cadrul aceluiaşi ego, într-o viaţă anterioară [stânga]. Ea este acolo. A încetat de mult să mai aparţină individualităţii mele, dar a rămas înscrisă în lumea eterică, sau respectiv în lumea astrală, ce se desfăşoară în spatele lumii eterice. Trebuie mai întâi să-mi reiau paşii pe care i-am făcut şi să urmez înspre înapoi calea pe care am venit. V-am spus că la începutul, aceste lucruri par ca şi cum de fapt altcineva mi-ar aduce vieţuirea către mine. Aşa se-ntâmplă în ziua a doua. Dar după ziua a treia, situaţia este astfel încât cei care au adus-o către mine, acele fiinţe spirituale, se retrag, iar eu devin conştient de vieţuire ca şi cum ceva din mine însumi, acesta fiind de fapt Eul meu, a depus-o ca şi cauză. Deoarece aceasta nu mai este în prezent, desigur, şi fiindcă este ceva la care trebuie să privesc ca fiind dintr-o viaţă pământească anterioară, îmi apare mie însumi, fiindcă sunt parte din ea, ca şi cum aş fi încătuşat. Această stare de a fi încătuşat nu încetează până când nu percep evenimentul şi nu dobândesc o imagine a ceea ce a fost în acea încarnare, ca apoi să privesc din nou la vieţuirea, pe care n-am pierdut-o din vedere de-a lungul acestor trei zile. Prin revenirea la prezent, sunt din nou liber, pentru că efectul mă lasă liber să mă mişc. Atât timp cât sunt fixat numai în

cauză, nu mă pot mişca relativ la ea absolut deloc. Păşind înapoi într-o încarnare anterioară, sunt ca şi cum aş fi încătuşat de către cauză; şi doar când intru în încarnarea actuală, sunt eliberat din încătuşare.

Să luăm un exemplu. Să presupunem că o persoană vieţuieşte într-o anumită zi că un prieten îi spune ceva ce nu este întru totul plăcut, poate ceva la care el nu s-ar fi aşteptat. Ei bine, mai târziu, îşi zugrăveşte lui însuşi imaginativ cu claritate, faptul cum s-a simţit atunci când a ascultat ceea ce i-a spus prietenul. El îşi face cu adevărat o imagine vie despre ceea ce i s-a întâmplat, şocul uşor pe care l-a resimţit, cum a fost un pic necăjit, poate chiar ofensat. Acesta este un efect lăuntric, şi tot aşa trebuie adus în imagine.

În continuare, el lasă cele trei zile să-şi urmeze cursul. În ziua a doua îşi spune lui însuşi, într-un mod cu totul obişnuit: „imaginea pe care am format-o ieri, a avut un efect remarcabil asupra mea. Întreaga zi de azi, am avut un fel de sentiment de acreală, ca fiind într-o condiţie proastă, ca şi cum aş avea un deranj stomacal. Nu am resimţit niciodată înainte felul acesta de lucruri, cum sunt cele ce vin din această imagine. La încheierea întregului proces, în dimineaţa de după ziua a treia, mă trezesc şi am sentimentul precis că această imagine are efectul de a mă încătuşa; apoi cunosc evenimentul din încarnarea anterioară; îl văd în faţa mea. Trec de la aceasta, la vieţuirea ce este încă proaspătă, încă intactă. Încătuşarea se desface şi înţeleg: ’Da, deci aşa au fost lucrurile în încarnarea anterioară!’ Asta a fost cauza; iar acum efectul este aici. Cu aceasta pot trăi pe mai departe, faptul este prezent încă o dată.”

Acest exerciţiu trebuie să fie practicat în mod repetat, pentru că de obicei firul se rupe de la prima încercare, şi chiar din prima zi. Iar apoi nu mai urmează nimic. Este deosebit de bine, dacă poţi lăsa aceste lucruri să se desfăşoare în paralel unele cu altele, şi să nu te limitezi la un singur eveniment, ci să-ţi aduci în acest fel un număr oarecare de evenimente ale zilei, sub formă de imagini. Posibil că-ţi vei spune: „atunci trebuie să vieţuiesc a doua zi tot felul de sentimente diverse.” Şi chiar poţi. Nu-ţi vor cauza nimic rău. Încearcă! Aceste lucruri merg chiar bine împreună. „Iar după cele trei zile, chiar trebuie atunci să fiu încătuşat de mai multe ori?” Nici aceasta nu-ţi va cauza nimic rău. Nimic din acestea nu contează. Lucrurile se vor potrivi de la sine. Ceea ce aparţine încarnării actuale venind dintr-una anterioară, îşi va găsi calea de la sine.

Dar sigur nu va reuşi de la prima încercare – firul se rupe. Trebuie să ai răbdarea să repeţi iarăşi şi iarăşi. Apoi vei resimţi ceva dezvoltându-se tot mai puternic în sufletul tău. Resimţi ceva trezindu-se în suflet, astfel că-ţi vei spune: „Până acum, ai fost umplut doar cu sânge, tot ceea ce-ai resimţit pulsând în tine a fost sângele şi respiraţia. De acum, este ca şi cum ar mai fi ceva în tine înafara sângelui. Eşti umplut de asemenea cu încă ceva”.

Poţi chiar să ai sentimentul că eşti umplut cu ceva despre care poţi spune în mod precis că este asemenea unui metal ce a devenit aeriform. Tu resimţi într-adevăr în tine ceva asemenea metalului. Nu poţi descrie aceasta în nici un alt fel, decât aşa. Tu resimţi metalul răspândindu-se prin întregul tău corp. La fel cum poţi spune despre un anumit fel de apă de băut

că are un gust metalic, întregul tău corp pare să „guste” ca şi cum ar fi impregnat cu o substanţă delicată, ce este totuşi în realitate un element spiritual.

Observi aceasta când întâlneşti ceva ce, desigur, era întotdeauna acolo în tine, dar de care eşti acum pentru prima dată conştient. Şi această trăire îţi dăruieşte din nou curaj. Căci dacă firul continuă să se rupă şi lucrurile sunt aşa cum sunt – dacă tu vrei să cuprinzi o legătură karmică, iar firul se rupe întotdeauna – s-ar putea să-ţi pierzi curajul. Dar când ai acest sentiment a ceea ce te umple, atunci îţi redobândeşti curajul. Şi-ţi spui ţie însuţi că vei reuşi mai târziu, la vremea potrivită. Dar, dragii mei prieteni, aceste lucruri trebuie să fie parcurse într-o dispoziţie de calm absolut şi de linişte lăuntrică. Aceia care nu pot practica aceste exerciţii cu calm şi-n linişte, ci devin nerăbdători şi emoţionali, răspândesc o ceaţă interioară peste ceea ce trebuie realmente să se-ntâmple, şi nu ajung nicăieri.

Se poate spune că sunt anumiţi oameni în exterior care cunosc antroposofia doar din auzite, care poate nu au citit nimic din ea, sau poate doar ceea ce au scris oponenţii săi. Aceasta devine foarte amuzant. Multe dintre scrierile oponenţilor răsar precum ciupercile - ei citează scrieri, dar între scrierile pe care ei le citează, nu este nici una din cărţile mele, ci doar cărţi scrise de oponenţi! Aceşti autori recunosc că de fapt ei nu au studiat sursele originare, ci cunosc doar literatura antagonistă. Astăzi există asemenea lucruri. Asfel că sunt oameni care vorbesc despre acestea şi spun: „Of, antroposofii sunt smintiţi!” Dar de fapt, ceea ce-şi poate permite cineva în cel mai mic

grad, pentru a ajunge la cel mai mic lucru în lumea spirituală, este să fie nebun. Pentru că o persoană trebuie să nu fie absolut deloc smintită, ca să poată spera să dobândească ceva în lumea spirituală. A fi smintit, este un impediment major în a obţine ceva. Aceasta trebuie evitat. Persoana în cauză trebuie să nu fie nici în cea mai mică măsură capricioasă, cu toane, sau prost dispusă. Căci orice cedare în faţa unei dispoziţii trecătoare, crează obstacole în calea oricărui progres în lumea spirituală. Dacă vrei să înaintezi în domeniul antroposofiei, nu este altă cale decât având un cap absolut sănătos şi o inimă absolut sănătoasă. A delira după ceva anume, este începutul smintelii, şi-n felul acesta nu vei realiza nimic.

Aceste lucruri despre care vă vorbesc astăzi, oricât ar răsuna ele de ciudat, trebuiesc vieţuite cu o dispoziţie absolut sobră, cu o stare absolut sănătoasă a capului şi a inimii. Cu adevărat, nu este nimic altceva mai sigur în a vă salva de la atacurile zilnice de nebunie, începând cu cele mai uşoare şi avansând către cele cu adevărat complicate, decât antroposofia. Oamenii ar fi însănătoşiţi din toată sminteala lor, prin antroposofie, dacă ei s-ar devota acesteia, într-un mod cu adevărat intensiv. Dacă cineva chiar şi-ar propune să se smintească puţin cu ajutorul antroposofiei, el va realiza cu siguranţă că faptul ăsta a fost nepotrivit pentru sarcina ce şi-a propus-o!

Dar nu glumesc când spun toate acestea. Motivul pentru care le spun, este fiindcă acesta trebuie să fie, de asemenea, o parte integrantă a caracterului întreprinderii antroposofice. Aceasta este atitudinea pe care trebuie s-o adoptăm în această chestiune – după cum tocmai v-am explicat, glumind pe jumătate –

dacă vrem să ne apropiem la modul corect, cu orientarea potrivită. Trebuie să ne propunem cât mai mult posibil, să fim rezonabili; atunci abordarea are o atitudine potrivită. Putem cel puţin să tindem către aceasta, şi în mod deosebit acolo unde este vorba despre micile lucruri smintite ale vieţii.

Mai demult am fost prieten cu un profesor de filosofie foarte isteţ - a murit cu ceva timp în urmă – ce obişnuia să spună în fiecare ocazie: ”Noi toţi prezentăm puţină ipohondrie!”; însemna că noi toţi avem momentele noastre de a fi într-o dispoziţie rea. Dar el era un om foarte inteligent; astfel că am crezut întotdeauna că era ceva în spatele cuvintelor sale, că aserţiunea sa nu era cu totul nefundamentată! El nu a devenit antroposof…